

ZİHNİMİN İÇİNDE BEN

Psk. Zeynep Sude Özçelik

tilki Kitap


tilki
kitap
yayınevi

Zihnimin İçinde Ben
Psk. Zeynep Sude Özçelik

Tilki Kitap©
www.tilkikitap.com
kitap@matbumedya.com
0850 304 22 03
Yayıncı Sertifika No 28740

Genel Müdür: Emrah Çelik
Yayın Yönetmeni: Sinan Kocaman
Editör: Gizem Aslan
Son Okuma: Alev Sevgi
Sayfa Tasarım: Efe Bozkurt
Kapak Tasarım: Efe Bozkurt

1. Basım, İstanbul, Haziran 2025
ISBN: 978-625-5896-50-6
Tilki Kitap Matbaa / İstanbul
Matbaa Sertifika No: 48138

Eserin tüm telif hakları yazara aittir. Yazar, bu baskı için basım-satış-dağıtım-tanıtım haklarını Tilki Kitap'a devretmiştir. Yazar, eserin kapak dahil içeriğindeki tüm materyallerin (metin, görsel öğe, tablo…) yasal ve fikri sorumluluğunu kabul etmiştir. Tilki Kitap'ın kurumsal görüşü olmayabilir.

ZİHNİMİN İÇİNDE BEN

Psk. Zeynep Sude Özçelik



Sevgili okurlarım,

Ben, Zeynep Sude Özçelik. Psikoloji eğitimimi almamın da katkısıyla, insan ruhuna olan ilgim beni kelimelere ve hikâyelere taşıdı. Yazmak, benim için sadece bir ifade biçimi değil; aynı zamanda bir iyileşme süreciydi.

Bu ilk kitabımı, başta emektar annem ve canım babamın desteğiyle tamamlamış olmanın gururunu ve mutluluğunu yaşıyorum.

Umutla,
Psk. Zeynep Sude Özçelik

GİRİŞ

Gaye,

Sadece biraz dinlenmesi gerekiyordu, denmişti. "Yorulmuştu", "biraz hassastı"…

Ama ne ailesi, ne doktorlar ne de o hastanenin duvarları onun neyin içinde boğulduğunu tam olarak görebildi.

Gaye 25 yaşındaydı ve çoğu insanın hayatla yeni tanıştığı yaşta, o çoktan hayatla vedalaşmış gibiydi.

İlk gün, beyaz odanın içinde otururken ne konuştu, ne ağladı. Sadece saatlerce pencereye baktı.

Orada neyi izlediğini kimse anlayamadı. Belki geçmişini, belki hiç gelmemiş bir geleceği.

Gaye konuşmuyordu. Ama sustuğu her dakika, içeride bir şey çürüyordu.

Bu, bir hastalık raporunun satır aralarında anlatılamayacak bir hikâyenin başlangıcı.

Bu, Gaye'nin susturulmuş sesiyle, biz konuşacağız.

Çünkü bazen birini anlamanın ilk adımı, onu anlamaya çalışmamaktır.

Sadece yanında durmaktır.

1

Gaye, iki kardeşin en büyüğüydü. Sessiz sorumluluklar onunla büyümüş, o farkına varmadan omuzlarına yerleşmişti.

Annesi Hediye Hanım, sabırlı ve suskun bir kadındı. Evde hep bir düzen olurdu; ama o düzenin içinde duygulara yer kalmazdı.

Babası Yunus Bey, sabah erkenden dükkâna gider, akşam geç saatlerde dönerdi. Onun sevgisi hiçbir zaman eksik olmadı; sadece şekli biraz uzaktandı.

Küçük kardeşi Güliz, ailenin umut ışığıydı.

Şu an mimarlık fakültesinde birinci sınıf öğrencisi. Hayalleri vardı, inşa etmek istediği yapılar gibi net, sağlam ve geleceğe dönüktü.

Gaye ise tıp fakültesindeydi.

Beyaz önlük giymeye en çok o yakışırdı, derlerdi. Ama kimse, o önlüğün altında taşınan yükleri göremedi.

İçinde büyüyen boşluk, sınavlarla, başarılarla dolmuyor; sadece daha da derinleşiyordu.

Tıbbı dondurmak onun için bir başarısızlık değil, bir çığlıktı. Ama kimse duymadı.

Onu güçlü sandılar. Her şeyi toparlayan, anlayışlı, olgun Gaye…

Oysa onun da çocuk olma hakkı vardı. Kızma, küsme, yorulma, hata yapma hakkı.

Ama Gaye bunları hep yuttu.

Ve bir gün, sustukları taşlaştı.

Hastalığın adı konmadan önce Gaye'nin hayatı bambaşkaydı.

O zamanlar İstanbul'u avuçlarının içi gibi bilirdi ya da bilmek isterdi. Bu yüzden her hafta sonu, çocukluk arkadaşı Beren'le yepyeni bir mahalle, yepyeni bir tatlı peşine düşerlerdi.

Küçük dükkânların içinde keşifler yapar, minik pastanelerde ismi duyulmamış lezzetleri tadarlardı. Onların önceliği asla alışveriş merkezleri ya da popüler kafeler olmadı.

Bir köşeye saklanmış fıstıklı bir cheesecake ya da limonlu tart, onlar için büyük bir mutluluk nedeniydi.

Tatlıyı sadece yemez, adeta yaşarlardı.

Beren'in ilk ısırığı sonrası yaptığı abartılı yüz ifadeleri, Gaye'nin kahkahasını bastıramamasına neden olurdu. Sonra o kahkaha sosyal medya hikâyelerinde bir melodram gibi dönerdi.

Gaye'nin sosyal medya hesabı çok büyük değildi, ama sadık bir kitlesi vardı.

Tatlı fotoğraflarının altına, "Yine nerede buldun bu güzelliği?", "Senin önerilerinle İstanbul'un tatlı rotasını çıkardım!" gibi yorumlar gelirdi.

Bazen gün batımında Beşiktaş'tan Kadıköy'e geçer, ellerinde kahveleriyle sahile otururlar ve en sevdikleri şarkıcıların konser tarihlerini konuşurlardı.

Gaye, özellikle canlı müziği çok severdi. Işıklar sönerken, ilk notalar duyulduğunda gözleri parlar, her şeyi unuturdu.

O zamanlar Gaye, geleceğe dair planlar kurardı.

Bir gün kendi tatlı mekânını açmak, insanlara hem tat hem huzur sunmak isterdi.

Ama hayat, planları dinlemedi. Sessizce yönünü değiştirdi. Ve Gaye'nin ışıklı sokaklarını, gölgeler sarmaya başladı.

Gaye güzeldi. Öyle "bakınca" değil, izleyince fark edilen bir güzellikti bu.

Masmavi gözleri, içine düşülecek kadar derindi. Kaşları kalındı; ifadeleri keskinleştirir, bakışlarına anlam katar, bazen de duvar örerdi.

Saçları uzundu; ne boya görmüştü, ne makas. Kendi halinde, özgür bir nehir gibi omuzlarından akardı.

Gaye bu doğallığın farkındaydı ve bunu saklamıyordu.

Kameraya bakarken gözlerini hafif kısar, en doğru ışığı yakalamaya çalışırdı.

Sosyal medyada aktifti; takipçileriyle sohbet eder, DM'lerine gelen mesajları geceleri gizlice okur, satır aralarında kendini arardı.

Onun için bu sadece ilgi değildi.

Kendini bulmaya çalıştığı bir yansımaydı.

Beğeniler, yorumlar, kalpler… Hepsi bir eksikliğin yerine geçmek ister gibiydi.

Ama annesi, Hediye Hanım, bu ilgiden hiç hoşnut değildi.

"Bu merak seni bir gün başına iş açacak," derdi her seferinde.

Gaye cevap vermezdi. Gülümser, sonra bir sonraki fotoğraf için poz verirdi. Ancak sosyal medyada göründüğü gibi olmadı hiç; hep içine kapalıydı ve bazen hep susmayı tercih ederdi. Belki de sosyal medyası konuşabildiği tek yerdi…

Güliz ise;

Sabah erkenden okula gider, akşam geldiğinde sessizce odasına kapanırdı. Arkadaş çevresi Gaye'ye göre daha genişti.

Gaye, üniversitenin dördüncü yılını zorlukları iliklerine kadar hissederek okuyordu.

Tıp fakültesi, sadece kitaplar, sınavlar ve laboratuvarlar demek değildi. O, bu zorluğun içinde boğulurken, sosyal medya hâlâ onun nefes alabildiği tek pencereydi.

Ve işte o pencereden, bir gün Erdem çıkageldi.

Otuzlu yaşlarının sonlarındaydı. Başarılı, etkileyici, karizmatik bir adam…

Kendi işini kurmuş, oturmuş bir düzeni vardı. Gaye'nin dünyasına onun kadar "büyük" biri hiç dâhil olmamıştı.

“Delirmek bazen bir kaçış değil, bir çığlıktır... Kimsenin duymadığı, sustukça büyüyen bir çığlık.”

Gaye, başarılı bir tıp öğrencisiyken, hayattan adım adım çekilir. Ailesi, arkadaşları, sevgilisi—hiçbiri onun zihninde çöküşe geçen duvarları göremez. Oysa içindeki dünya, sessizce yıkılmaktadır. Gerçeklik giderek bulanıklaşırken, Gaye artık sadece gözleriyle değil, korkularıyla görmeye başlar.

Psikozun kıyısında geçen bu sürükleyici hikâyede, genç bir kadının içsel mücadelesine tanık olacaksınız. Sevmenin, yıkılmanın, yalnız kalmanın ve yeniden doğmanın ne anlama geldiğini; annenin sessiz çırpınışını, kardeşin uzak tanıklığını ve bir aşkın ardında kalan enkazı iliklerinize kadar hissedeceksiniz.

Psikoloji eğitimiyle yazarlığını buluşturan Psk. Zeynep Sude Özçelik, bu ilk romanında sadece bir zihinsel rahatsızlığı değil, toplumun görmezden geldiği duygusal kırılmaları da gözler önüne seriyor.

“Zihnimin İçinde Ben”, susturulmuş duyguların, yarım kalmış cümlelerin ve iyileşmeye aç bir kalbin romanı.
Belki de bu kitap, “anlamaya çalışmadan” sadece “yanında durmanın” ne kadar kıymetli olduğunu hatırlatacak size.

9 786255 896506

tilki Kitap